

# Hvordan hjælper man til forandring?

En eklektisk drøftelse af Motivational Interviewing  
og beslægtede tilgange

v. psykiater Nicolai Lindloff Damgaard-Mørk

den 4.-5. december 2023

Tværgående modul, alle specialer (12 timer)  
& Efteruddannelse for ydernummer-psykologer



Hvorfor gør klienterne ikke det, de godt ved er godt for dem, og som deres behandler og egen sunde fornuft råder til?

Hvordan kan vi lykkes med, at mødet mellem klient og behandler bliver transformativt?

Hvordan holder vi balancen imellem på den ene side at styre/guide gennem vores spørgsmål, vores lytten og måske vores råd, psykoedukation eller refleksionsopgaver - og på den anden side, at vi har respekt for klientens eget-perspektiv, ressourcer, værdier, beslutninger, modstand eller tøven?

Ikke mindst under presset fra en fordring om bedring, gerne på færrest mulige sessioner?

Tilgangen Motivational Interviewing (MI) (på dansk: "Den Motiverende Samtale") er nok bedst kendt fra behandlingssammenhænge, der har med rusmidler eller kost- og livsstilsændringer at gøre. Men metoden kan også bruges mere tværgående og tilbyde os hjælp i det psykoterapeutiske rum – uanset om temaet for terapien er stress, depression, angst, vanskelige relationer, rusmidler eller u hensigtsmæssige adfærdsmønstre.

På dette 2-dages kursus vil vi med afsæt i MI som metode undersøge, hvad der skaber et godt møde mellem klient og behandler, og hvordan dette møde kan bære frugt.

Vi vil gennemgå konkrete teknikker inden for MI – men vi vil også løfte os op over den specifikke tilgang og se på det generaliserbart virkningsfulde i det mellem menneskelige møde mellem hjælper og hjælpsøgende. Bl.a. med udgangspunkt i spørgsmålene:

- Hvordan faciliterer vi, at det terapeutiske rum og potentialet for transformation opstår?
- Hvor fremad- eller tilbagelænet bør jeg være som terapeut?
- Hvilke verbale teknikker kan jeg benytte mig af?
- Hvilke nonverbale teknikker og indsigter kan jeg bruge?
- Hvilken rolle kan rummets sanselighed spille?
- Hvordan er jeg autentisk til stede i mødet?
- Hvilke etikker og værdier ligger bag, og hvordan kan det hjælpe mig?
- Hvad hvis der opstår modstand?
- Hvad hvis jeg frustreres?

Vi vil sammen undersøge den eklektiske værktøjskasse og de indsigter, der ligger bag, med tråde til bl.a. KAT, ACT, mentaliseringsbaseret terapi, interpersonel terapi, perspektivskifte som metode, det styrende/vejledende/følgende paradigme, psychological safety, relationskompetence, motivations- og vanepsykologi, voksendidaktik, mindfulness og belastningspsykologi.

Så uanset hvilken terapeutisk skoling, du har som udgangspunkt i dit daglige virke, vil der formentlig være genkendelige ting, du kan få reforceret, nuanceret eller udbygget - og nye inspirationer, du kan tage med hjem, hvis du vil.

*Undervisningsform:* Undervisningen vil veksle mellem teoretiske oplæg, gruppedrøftelser, praktiske øvelser og casediskussioner.



*Anbefalet litteratur:*

Carl Erik Mabeck: Introduktion til Den motiverende samtale (Munksgaard 2005).

Til de særligt interesserede kan også anbefales:

Ruth Mach-Zagal & Margrethe Høst Poulsen: Modstand – Psykologi og pædagogik for sundhedsprofessionelle (Munksgaard 2011).

Rikke Høgsted: Grundbog i belastningspsykologi (Forlaget Ictus 2019).

Bo Hejlskov Elvén & Sophie Abild: Adfærdsproblemer i psykiatrien (Dansk Psykologisk Forlag 2015).

Bo Hejlskov Elvén: Kort & Godt om Konflikter og Low Arousal (Dansk Psykologisk Forlag 2018).

Anders Colding-Jørgensen: Hov, et egern! (Gyldendal 2019).

Helle Winther (red.): Kroppens sprog i professionel praksis – om kontakt, nærvær, lederskab og personlig kommunikation (Billesø & Baltzer 2019).

Birthe Hougaard-Andersen & Nete Nørgaard-Nielsen: Gennemslagskraft & nonverbal kommunikation – Bliv set, hørt og forstået (Gyldendal Business 2010).

Joe Navarro: What Every Body Is Saying (HarperCollins 2008).

Louise Klinge: Relationskompetence (Aarhus Universitetsforlag 2018).

Henrik Rander m.fl. (red.): Voksendidaktik (Akademisk Forlag 2018).

Per Fibæk Laursen: Den autentiske lærer (Gyldendal 2004).

Hartmut Rosa: Det ukontrollerbare (Eksistensen 2020).

Jon Kabat-Zinn: Mindfulness for begyndere (Hans Reitzels Forlag 2016).

Sarah Daniel: Relation og fortælling (Samfundslitteratur 2012).

Sarah Daniel: Tilknytning og omsorgsarbejde (Arboreta 2021).

*Underviseren:*

Nicolai Lindloff Damgaard-Mørk har arbejdet som psykiater både i hospitalspsykiatrien, i kommunal rusmiddelbehandling og i egen speciallægepraksis.

Nicolai har mangeårig undervisningserfaring i både regionalt og nationalt regi – bl.a. underviser og superviserer han på Den Nationale Efteruddannelse i Diagnostik og Psykopatologi for psykiatriske specialister, på obligatoriske kurser i kommunikation, konflikthåndtering og pædagogik for læger, og på specialistuddannelsen i psykofarmakologi for psykologer.

Nicolai er kendt for at levere kompetent undervisning, som er vedkommende, levende og interaktiv – og han har fokus på, hvordan du og dine kolleger får mest muligt ud af undervisningen, så den bliver brugbar i jeres hverdag.

*Forhåndsgodkendelse:*

Kurset er godkendt i Dansk Psykologforening til Tværgående modul, alle specialer (12 timer) samt til systematisk efteruddannelse for ydernummer-psykologer.

*Sted:* Storkøbenhavn

*Tid:* 4.-5. december 2023 dagligt kl. 9:00-16:00. Vi begynder til tiden.

*Pris:* Early Bird kr. 4.490 med bindende tilmelding og betaling senest 20. september 2023. Herefter er prisen kr. 4.990 og tilmelding er bindende fra den 2. november 2023. Efter denne dato er prisen kr 5.490 (inkl. nytilmeldinger). Prisen er inkl. materialer og forplejning. Bemærk har du ydernummer, kan du få refunderet kr 3000 til kurset, <https://www.dp.dk/systematisk-efteruddannelse-tilskudsordning-for-psykologer-med-ydernummer/>

*Tilmelding:* er bindende fra den 2. november. Tilmelding via webben, og du bedes med det samme betale det fulde Early Bird beløb, eller hvis du vælger ordinær pris et depositum på kr. 500 til vores bankkonto reg: 2310 kto: 0759647998. Mærket: navn+MI. Først ved betaling er din plads reserveret, og din tilmelding vil herefter blive færdigregistreret. Restbeløbet skal være os i hænde senest den 1. november 2023.

Når du tilmelder dig via vores webformular, er du tilmeldt og har givet tilsagn til at betale for kurset. Framelding af pladser til fuld pris kan ske frem til deadline for bindende tilmelding, mod depositum/gebyr på kr. 500. Efter denne dato kan returnering af kursusafgift fratrukket gebyret alene forekomme, hvis vi eller du kan finde en til at overtage pladsen. Kursusgebyr vil blive opkrævet v. for sent afbud/ udeblivelse, såfremt pladsen ikke kan afsættes til anden side. Framelding skal altid ske via mail til [kursus@LSRT.dk](mailto:kursus@LSRT.dk).

Er der plads, er du velkommen til at melde dig til samme morgen, men send en sms/ring dog først ;-)

*Tilmelding er bindende fra:* den 2. november 2023 og tilmelding skal ske via webben og ved samtidig betaling [www.LSRT.dk/kursus](http://www.LSRT.dk/kursus). Der modtages kun individuelle tilmeldinger.

Har du spørgsmål, kan du kontakte os på [kursus@LSRT.dk](mailto:kursus@LSRT.dk) eller tlf. 26244064.